Cena numeru 1 zł.

# ECHO KRYNICKIE

Rok II. 1927. | Pismo tygodniowe poświęcone sprawom Krynicy, zdrojownictwa polskiego i turystyki. | Nr. 9/10.

23 lipca | Wydawca, redaktor naczelny i odpowiedzialny: Dr. JAROSŁAW SAWCZAK. | Krynica

Redakcja i Administracja: KRYNICA, Dworek Sportowy.

## *Numer poświęcony propagandzie walki z GRUŹLICĄ!*

## PROGRAM
### dni propagandowych w Krynicy.

**Dnia 23 lipca 1927.**

1. Rano pobudka.
2. Pochody dzieci.
3. Odczyty na wolnych miejscach.
4. Wieczorem film propagandowy na deptaku i w teatrze.

**Dnia 24 lipca 1927.**

1. Cały dzień sprzedaż broszur i znaczków propagandowych.
2. W południe latający kabaret propagandowy.
3. O godz. 16 (4 popoł.) Festyn na „Michasiowej".
4. O godz. 22 w sali Domu Zdrojowego Akademja naukowo-artystyczna, poczem Raut.

## *OD REDAKCJI.*

Pośród wielu nieszczęść prześladujących człowieka w jego życiu doczesnem, pośród niezliczonej ilości wrogów jawnych, czyhających na jego zgubę — jest najstraszniejszy wróg obłudnie utajony jak wąż wypełzający z ukrycia, z którym walka przechodzi siły ludzkie.

Wrogiem tym, to chorobotwórcze mikroskopijnie małe grzybki niszczące organizm ludzki, bakcyle chorób zakaźnych, porywające setki niewinnych ofiar.

Walka z pewną kategorją chorób jawnie zakaźnych jest mniej więcej możliwą przy pomocy środków ustalonych przez medycynę, walka zaś z gruźlicą i rakiem, jako chorobami nie zdradzającemi się w początkach, ani choremu, ani otoczeniu, a nierzadko i lekarzowi, jest trudną, wymagającą przedewszystkiem uświadomienia społeczeństwa o samoobronie przed chorobą.

Gruźlica to „dżuma białego człowieka" — nie jest chorobą jednostki, jest to choroba społeczeństwa rozpowszechniona do tego stopnia, że jak statystyka wykazuje, na 3 ludzi umierających w wieku od 15 do 60 lat, jeden pada ofiarą gruźlicy.

Obowiązkiem społeczeństwa i w interesie społeczeństwa jest więc użyć wszelkich możliwych środków aby zapobiegać klęsce, aby ratować osobniki przeważnie młode od zagłady.

Zdrowie i siły ludności to najważniejszy majątek państwa. Tylko człowiek zdrowy jest zdolny do pracy twórczej.

Obowiązkiem Państwa jest dbać o zdrowie wszystkich obywateli, obowiązkiem społeczeństwa nieść Państwu w tym kierunku pomoc. Narodom i Państwom które walczą z gruźlicą od lat wielu udało się zmniejszyć śmiertelność tej choroby!

Tę walkę prowadzić musi każdy Obywatel oddzielnie, aby sam bronił się przed nabyciem skłonności do gruźlicy i zmobilizowane społeczeństwo, aby wspólnemi siłami stworzyć środki przeciwobronne.

Nie jałmużny, ale spełnienia obowiązku obywatelskiego żąda się od was Obywatele!

Krynica idąc śladem większych ośrodków życia, poświęca 2 dni dla propagandy w walce z gruźlicą i apeluje do tutejszego Obywatelstwa i Gości, aby nie skąpić grosza na ten cel wzniosły dla dobra społeczeństwa i Państwa.

J.

# Precz z gruźlicą!

Oto zew wszystkich ludów cywilizowanych: **„Precz z gruźlicą!"** najpopularniejsze hasło „międzynarodówki gruźliczej". Jeśli może być dzisiaj mowa o światowem porozumieniu, to istnieje ono szczerze na jednym punkcie, na punkcie walki z najstraszniejszym wrogiem ludzkości: **Gruźlicą.**

Polska, na szczęście, w statystyce gruźliczej nie znajduje się na pierwszem miejscu, jednakże setki tysięcy chorych w Polsce na gruźlicę są poważnym minusem w całokształcie gospodarstwa państwowego.

Gospodarstwa? A tak, bo jeślibyśmy zliczyli wydatki efektywne i straty rzeczowe, które pochłania gruźlica z budżetu nie państwowego, ale narodowego, napewne sumy te przewyższą ogólny budżet państwowy. A to obliczenie należałoby w ten sposób uporządkować. Wydatki narodowe na leczenie chorych gruźliczych należałoby obliczyć następująco: straty godzin pracy gruźliczych, straty wywołane na długie lata przez zarażanie młodych organizmów tą straszną chorobą, które to organizmy całe, nieraz długie swe życie gruźlicze przepędzają nietylko nieproduktywnie, ale owszem, czerpią środki z otoczenia na swe biedne, nieszczęśliwe życie. Sumy te są wprost potwornego ogromu. Medycyna dzisiejsza, po latach żmudnych prac, potrafiła dotrzeć do genezy zarazy gruźliczej i wynalazła sposoby obrony społeczeństwa przed tą straszliwą plagą. Zwalczanie gruźlicy, front bojowy przeciwgruźliczy należy podzielić na dwa „odcinki" bojowe. Pierwszy to walka z gruźlicą, która już opanowała organizmy. Walkę tą pozostawić należy zawodowym bojownikom, to jest lekarzom. Front drugi, to walka całego społeczeństwa z ciemnotą higjeny w tym wypadku gruźliczej, innemi słowy propaganda sfer uświadomionych, wśród nieuświadomionych warstw społecznych, jak należy walczyć z najstraszniejszą zarazą ludzkości z **gruźlicą.**

Państwo polskie rozumie konieczność walki, rozumie, że samo nie jest w stanie przeprowadzić walki na tym drugim froncie, trudniejszym, bo propagandowym i dlatego stworzyło organizację społeczną, która, zwłaszcza ten drugi front ma obowiązek dobrze obsługiwać. Walka z gruźlicą jest trudna i na długie lata obliczona, ale bezwzględnie zwycięska. Tą myślą przepojona redakcja „Echa Krynickiego", poświęca osobny numer swego wydawnictwa propagandzie walki z gruźlicą, w przekonaniu, że jakkolwiek wysiłki „Echa Krynickiego" są tylko drobnym, małoznaczącym czynnikiem w tej potężnej akcji, to jednak w tym wypadku „Echo Krynickie" spełnia obowiązek społeczny, narodowy i państwowy.

B. R.

# Zdrowie, to potęga narodu.

> Nauka i sztuka są bezpłodne, potęga niezdolna do wysiłku, bogactwo bezpożyteczne, wymowa bez efektu — jeśli brak ZDROWIA.
>
> (Herofil, filoz. i lekarz grecki).

Nieszczęściem jest, że zdrowie nie dochodzi do świadomości człowieka, że o potrzebach i działalności swego organizmu dowiaduje się on dopiero w czasie choroby. Regularne bicie serca, normalne trawienie, oddychanie, całe życie miljardów komórek, tworzących nasze ciało, odbywa się poza naszą świadomością. Jako skutek — o zdrowiu nie myślimy, dopóki choroba nie zmusi nas do tego, nie wskaże w bardzo dotkliwy sposób, że posiadamy ten organ lub inny. O zdrowiu myślimy dopiero wtedy, kiedy go już niema, a niestety często bardzo jest to zbyt późno.

Nieszczęściem jest, że za przestępstwo w dziedzinie higjeny człowiek otrzymuje karę po długim upływie czasu, niekiedy po kilku, kilkunastu latach, kiedy o przekroczeniu tej właśnie, a najczęściej tych (bo te przekroczenia są zwykle wielokrotne) zasad higjeny, człowiek już dawno zapomniał. W codziennem rozumowaniu to co się stało wczoraj lub przed chwilą jest brane za przyczynę choroby dzisiejszej. Dlatego uczyć higjeny jest bardzo trudno, bo i związek przyczynowy znaleźć trudno i trudno dowieść z góry, że takie będą następstwa takiegoś czynu, a jeszcze trudniej wykazać zależność choroby dzisiejszej od dawnych wykroczeń przeciw higjenie. Człowiek zdrowy nie myśli o zdrowiu dzisiejszem, a cóż dopiero o tem co będzie za lat kilka, kilkanaście. Człowiek nie chce się wyrzec najdrobniejszej przyjemności, jaką może osiągnąć dziś za całe lata błogosławieństwa, które mogą nastąpić kiedyś w odległej przyszłości.

Nieszczęściem jest, że zasady higjeny są tak proste, tak niezmiernie łatwe do zastosowania, ale tak wplatające się we wszystko cokolwiek człowiek robi, tak nierozerwalnie złączone z codziennym bytem, że człowiek żyjący stale coś czyniąc, musi to coś robić higjenicznie lub niehigjenicznie. Żeby można było dla zdrowia raz, czy kilka razy w życiu, czy parę razy do roku zrobić jakiś wielki wysiłek, wymagający nawet dużej pracy i znacznych kosztów a później już o zdrowiu zapomnieć, gdyby tak można było rano codziennie wziąć pigułki higjeniczne, czy zrobić sobie zastrzyk magicznych pierwiastków i gdyby ta czynność wymagała jeszcze pewnej ceremonji tajemniczej, przywoływania na pomoc sił wyższych, a gdyby potem można by-

ło grzeszyć przeciwko wszelkim zasadom higjeny — bylibyśmy wszyscy zdrowi, higjena byłaby największem bóstwem ziemi, a nauczanie jej byłoby stosowane niemal od kołyski.

Nieszczęściem jest, że człowiek o nieszczęściach tych nie wie i wiedzieć nie chce —stąd wyraz higjena używany jest wprawdzie bardzo często, ale stosowany bardzo rzadko. Nigdzie jednak bodaj (w porównaniu z Zachodem) rezultaty zaniedbania w tej dziedzinie nie są tak widoczne, jak u nas, u dołu — nędza i ciemnota, u góry — fałszywe pojęcie sprawy, twierdzenie, że nas na higjenę nie stać, jakgdyby higjena była luksusem. Daleko słuszniejszy byłby z każdego a przedewszystkiem ekonomicznego punktu widzenia pogląd przeciwny, że nas nie stać na lekceważenie zdrowia, że my właśnie wskutek ubóstwa ogólnego powinniśmy ponosić stosunkowo mniejsze straty w materjale ludzkim i wymagać większej sprawności i wydajności od maszyny ludzkiej, niż narody bardziej kulturalne. Pogląd, że wysoka umieralność jest klapą bezpieczeństwa, niezbędną dla utrzymania ludności na pewnym poziomie liczebnym, zakreślonym warunkami gospodarczemi jest jednym z największych błędów; jest to przesąd, którego skutki jak najfatalniej odbijają się na całokształcie naszego życia gospodarczego, a pośrednio i politycznego. Z pewnem omówieniem możnaby to zastosować i do emigracji, która z punktu widzenia ekonomji państwowej jest złą drogą regulacji zaludnienia. Produkcja ludności na eksport niekiedy — malum necessarium — u nas rezultat słabości gospodarczej jest bardzo niepożądana. Podniesienie zdrowia mas ludowych, zwiększenie ich sprawności i wydajności pracy w niemałym stopniu przyczyniło się do pomyślnego rozwiązania i tej bolącej sprawy.

W ostatnich czasach, coraz częściej spotyka się w prasie zagranicznej, niekiedy i w naszej twierdzenie, że ze wszystkich bogactw jakiemi naród rozporządza — element ludzki, jest najważniejszy gdyż on tworzy tę jedyną siłę żywą, która w każdych warunkach, z każdych bogactw naturalnych może wytworzyć idealne (w zrozumieniu współczesnem, w stosunku do innych narodów) środowisko bytowania. Na naturalne bogactwa najczęściej powołują się narody najmniej kulturalne, najbardziej zcofane, żyjące więcej wspomnieniami lub nadzieją niż teraźniejszością; odwrotnie, wśród narodów przodujących, bogatych, najdalej posuniętych pod względem cywilizacji, spotykamy sporo takich, które o dobrach naturalnych mówią rzadko, bo natura wcale nie obdarzyła ich sowicie pod względem zasobów przyrodzonych. I to im nie przeszkodziło do zajęcia stanowisk pośród lepiej uposażonych jak gdyby wbrew naturze. Zdrowie fizyczne i duchowe dało im możność podniesienia się do poziomu na jakim się znajdują, pomimo niesprzyjających okoliczności zewnętrznych.

Czyż to nie jest najlepszym dowodem, że czynnik ludzki jest decydujący, że bogactwo nigdy nie przychodzi z zewnątrz, lecz że można je tylko wypracować, wydobyć z siebie — eo ipso wszędzie posiąść?

I sprawę zdrowia należy traktować nie sentymentalnie, lecz rozumowo, finansowo. Zdrowie ludzkie posiada pewną wartość materjalną, którą niejednokrotnie już próbowano wyrazić w złocie. Jedna z ostatnich prób w tym kierunku należy do uczonego amerykańskiego Fisher'a. Według niego wartość życia człowieka w różnych okresach wieku przedstawia się jak następuje:

| | | |
|---|---|---|
| W chwili urodzenia | 90 | dolarów |
| W wieku lat 5 | 950 | „ |
| „ „ „ 10 | 2000 | „ |
| „ „ „ 20 | 4000 | „ |
| „ „ „ 30 | 4100 | „ |
| „ „ „ 40 | 2900 | „ |
| „ „ „ 80 | 700 | „ |
| Średnio | 1700 | „ |

U nas nikt podobnych wyliczeń, nawiasem mówiąc tylko w przybliżeniu dokładnych, choć ściśle matematycznie wyrażonych, dotąd nie robił. Nie o dokładność w danym razie chodzi, lecz o pogląd na rzecz, o stosunek do sprawy, a w pewnej mierze i o porównanie poszczególnych okresów wieku między sobą. My moglibyśmy się oprzeć tylko na umieralności, niestety dotąd nie wiemy, ilu ludzi w całem Państwie rodzi się rocznie, ilu umiera. Na podstawie jednak niektórych województw, jak zachodnie, większych miast, dostarczających dość dokładne dane, poszczególnych badań, przeprowadzonych tu i ówdzie, wiemy dobrze, że umieralność u nas w porównaniu z innemi państwami jest bardzo wysoka, że średni wiek ludzki u nas jest znacznie krótszy, niż gdzieindziej. Jeśli weźmiemy dwa krańce: Indje, w których przychodzący na świat obywatel może przeciętnie oczekiwać, że dociągnie zaledwie do 33 lat i Nową Zelandję, gdzie średnia długość życia ludzkiego wynosi już 62 lata, Polskę musimy postawić gdzie pośrodku, ale bliżej prawdopodobnie Indyj, niż Nowej Zelandji. Tracimy wiele na choroby zakaźne, gdzieindziej już nieznane, gnębi nas gruźlica, posiadamy dwukrotnie wyższą umieralność niemowląt niż państwa zachodnie. A przecież w najuboższem społeczeństwie każda przedwczesna śmierć (nawet niemowlęcia) to strata materjalna, strata której nie powetuje przyjście na świat ani 2 ani 3 nowych obywateli.

Lecz nietylko o przedwczesną śmierć chodzi, bo każdy członek społeczeństwa, nawet biorący czynny udział w jego życiu, pracujący może być ciężarem dla tego ogółu. Wartość społeczna człowieka polega na pewnego rodzaju nadprodukcji, na tem, by on więcej wytwarzał, niż spożywa, dodając w ten sposób stale coś do dorobku ogólnego, a to jest możebne tylko przy pełni sił żywotnych.

Choroba jest klęską dla jednostki, dla społeczeństwa zaś nie mniej niepożądana niż przedwczesna śmierć, bo pociąga za sobą takież straty materjalne, prowadzi do nędzy. Z pośród korzystających z pomocy opieki społecznej m. Warszawy w roku 1925 do nędzy doszło wskutek choroby lub kalectwa 26%, wskutek śmierci żywiciela 24%, wskutek starości, którą częściowo należy traktować jako chorobę, 16%. Mam na względzie nietylko choroby, które czynią człowieka zupełnie niezdolnym do pracy nietylko o chorych, którzy leżą w szpitalach, należy myśleć, lecz i o tych miljonach pozornie zdrowych, którzy swoje codzienne obowiązki wykonują. Tysiące drobnych dolegliwości, najrozmaitsze choroby i cierpienia nie dochodzące najczęściej do gabinetów lekarskich, wreszcie słabość, niezdolność do wysiłku, materjalnie prawdopodobnie nie mniejszą przynoszą nam krzywdę, niż choroby ciężkie. Ból głowy, banalny katar i kaszel, na który nie zwracamy uwagi, mogą w masach pociągnąć za sobą większe straty materjalne niż nieszczęśliwe wypadki o których tak wiele się mówi i pisze. Ironiczne twierdzenie Voltaira, że wskutek złego trawienia premiera cierpią sprawy państwowe ma w sobie dużo słuszności. Dlatego też dążeniem naszem winno być nietylko przedłużenie życia i usunięcie chorób w zrozumieniu ogólnie używanem, lecz jednocześnie spotęgowanie zdrowia, rozwój sił żywotnych, podniesienie do szczytu tych zadatków, które człowiek z sobą na świat przynosi. I to ma olbrzymie znaczenie gospodarcze.

Jeżeli amerykański robotnik traci 10 dni w roku z powodu choroby, to nasz prawdopodobnie przynajmniej 2 razy tyle, a wydajność podczas samych godzin pracy w obu przypadkach wypada naprawdę wyjątkowo na naszą niekorzyść. To samo dotyczy pracy intelektualnej. Współzawodnictwo w takich warunkach — trudne. A przecież pomimo wszelkich idealizmów głoszonych ex cathedra na obu półkulach prawo do życia mają silniejsi tak w świecie zwierzęcym jak i ludzkim, choć siła w jednym i w drugim wypadku inaczej się wyraża.

I społeczeństwa podlegają temu samemu prawu. Walka w czasie pokoju o prawo do kulturalnego bytu, dominowania, o pierwszeństwo w życiu społeczno-ekonomicznem równoznaczne z dyktowaniem warunków słabszemu trwa bez przerwy, jest długim okresem przygotowawczym do walki orężnej na polu bitwy i ten okres przygotowawczy jest prawdopodobnie decydującym w rozgrywce ostatecznej. Ta druga walka jest tylko finałem pierwszej.

Posiadając dużą śmiertelność, wysoką chorobowość, idąc naprzód żółwim krokiem w podniesieniu warunków zdrowotnych szerokiego ogółu, mając w zaniedbaniu kulturę higjeniczną, stajemy do konkursu z handicapem. Na zwycięstwo może liczyć tylko naród zdrowy fizycznie i duchowo, a zdrowie to samo nie przyjdzie, trzeba o nie walczyć latami. Trzeba odpowiednio wychować całe pokolenia, by osiągnąć pożądane rezultaty; wtedy dopiero możemy stanąć w szeregach współzawodników przynajmniej z równemi szansami. Kto wie, czy w przyszłej decydującej walce zwycięzcą nie będzie ten naród, który pierwszy zwróci należytą uwagę na wartość materjału ludzkiego, sprawę jego podniesienia, ulepszenia, świadomie i planowo poprowadzi w pożądanym kierunku, korzystając ze wszystkich danych, jakie nauka dostarcza.

Nie o teorję już w danej chwili chodzi, bo ta jest gotowa, lecz o umiejętne wprowadzenie jej w życie. Dziś wszyscy wiemy, że zdrowie w pewnych przez naturę zakreślonych granicach można nabyć. Trudności finansowe nie mogą tu stanąć na przeszkodzie. To wymaga stosunkowo niewielu miljonów, lecz dużo, bardzo dużo wysiłku, trwającego latami i wyraźnej świadomej swego celu polityki w sprawach zdrowia, polityki prostej, nie lękającej się tysiącznych, drobnych trudności.

Kult zdrowia winien być postawiony na czoło naszych zagadnień społecznych.

(—) Dr. M. Kacprzak.

NOWO OTWARTA
APTEKA
we willi „MARJA" („obok TRZECH RÓŻ")
poleca swój obficie zaopatrzony skład środków specjalnych, krajowych i zagranicznych, przyrządów i opatrunków chirurgicznych oraz środków toaletowych.
Perfumerja francuska. Wody mineralne.

Docent Uniw. Jagiellońskiego
Dr. Marcin Zieliński
ordynuje w chorobach nerwowych
w Krynicy, Nowe Łazienki
parter L. 69

# Choroby społeczne.

Burzliwe fale wielkich epidemji, które szalały jak nawałnica nad poszczególnemi miastami lub całemi krajami, niosąc ze sobą śmierć i zniszczenie, nieznane są już przeważnie w krajach kulturalnych. Niegdyś „morowe powietrze" (dżuma, dur plamisty, ospa, influenza i t. p.) w ciągu paru — kilku tygodni zamieniały w cmentarzyska ciasne ulice miast średniowiecznych. Jeszcze kilkadziesiąt lat temu cholera ciągnęła w zwycięskim pochodzie przez najpotężniejsze państwa Europy. Dziś należy to już do przeszłości. Choroby zakaźne w państwach stojących na pewnym poziomie kultury zostały opanowane w tym stopniu, że o zgonach masowych w większości z nich niema już mowy. Ogniska, które powstają, zostają stłumione wcześniej niż staną się zarzewiem wielkiego pożaru, zagrażającego całej ludności.

Inaczej jest z chorobami zakaźnemi chronicznemi. Te po dziś dzień stanowią prawdziwą klęskę całej ludności. Panują one stale i wszędzie, zabierając znacznie więcej osób niż ostre choroby zakaźne razem wzięte. Nazywamy te choroby społecznemi między innemi dlatego, że są one plagą przedewszystkiem zbiorowiska kulturalnego, społeczeństw cywilizowanych że porażając znaczne bardzo liczby jednostek, wpływają na przyszłość rasy i na samo istnienie społeczeństw. Wśród chorób tych na pierwsze miejsce występują gruźlica, schorzenia weneryczne oraz zatrucie alkoholem, które winno być traktowane również, jako choroba. Gruźlica i schorzenia weneryczne są spowodowane przez drobnoustroje roślinne w pierwszym wypadku, zwierzęce — w drugim, a alkoholizm jest fatalnym w skutkach nałogiem. Różnią się te choroby między sobą pod wielu względami. O ile alkoholizm jest chorobą zależną od woli jednostki, a schorzenia weneryczne w znacznej mierze dałyby się opanować przez odpowiednie wychowanie młodzieży obojga płci, gruźlica jest zagadnieniem, najściślej związanem z warunkami społecznemi. Z drugiej jednak strony gruźlica niszczy przedewszystkiem jednostkę, dzieci gruźlików usunięte od chorych rodziców i wychowane w zdrowych warunkach, wyrastają zupełnie normalnie, alkoholizm zaś i w niemniejszym stopniu schorzenia weneryczne wpływają znamiennie na rasę, znacząc swym stygmatem szereg pokoleń. Wziąwszy pod uwagę i zważywszy równolegle, historyczny rozwój tych trzech chorób, musimy przyznać, że z tego punktu widzenia biorąc są to klęski groźniejsze niż gruźlica. O rozmiarach tych klęsk u nas mówią wiele

posiadane liczby, chociaż z natury rzeczy są to dane bardzo niedokładne. A to dla rozmaitych przyczyn. Do gruźlicy rodziny niechętnie się przyznają, a więc i lekarze często ją ukrywają pod postacią chorób mniej przestraszających jak różne schorzenia płucne. Na choroby weneryczne umiera stosunkowo bardzo mało osób, a dotknięci nią nie podlegają urzędowej rejestracji i w imię dawnych poglądów traktują ją jako coś bardzo hańbiącego. Niezmiernie jest również trudno ustalić liczbę osób dotkniętych alkoholizmem, ponieważ o rozpowszechnieniu się alkoholizmu w danym społeczeństwie sądzimy zwykle z wypadków najcięższych, rejestrowanych w więzieniach i szpitalach dla umysłowo chorych.

Jednakże dane naszych większych miast pozwalają na dokładne zorjentowanie się w zachodzących zjawiskach. W r. 1925 zmarło w Warszawie 13.968 sób. Z nich na choroby zakaźne zmarło ogółem 1.146 osób, a na samą gruźlicę 2,290. Czyli że każdy szósty zgon, był to zgon na gruźlicę. W roku 1926 w dziesięciu największych miastach polskich (włączając Warszawę) zmarło na gruźlicę 7.646 osób. Zgodnie z panującym obecnie poglądem na 1 zgon na gruźlicę przypada w danem środowisku 9 — 10 chorych na gruźlicę — czyli że w wymienionych wyżej 10 miastach znajduje się w przybliżeniu 80.000 chorych na gruźlicę. A ile ich jest w całym kraju? Dane zebrane przez Ministerstwo Oświecenia dotyczące schorzeń wśród 134.196 młodzieży szkół średnich za rok 1924/25 wykazują, iż gruźlica ogółem występuje u 4.36% dzieci, a około 5% dzieci w szkołach powszechnych, dotkniętych jest gruźlicą mniej lub więcej czynną. W wojsku, wśród tego doborowego elementu zgony na gruźlicę wynosiły w 1924 roku 1,71 na 1.000 żołnierzy.

O szerzeniu się alkhoolizmu w naszem społeczeństwie mówi nam znów statystyka dwu naszych największych miast Warszawy i Łodzi. W roku 1925 zatrzymano na ulicach Warszawy, czy zarejestrowano za pijaństwo 12.168 sób, 10944 mężczyzn i 1224 kobiety. Wśród aresztowanych spotykali się nałogowcy, którzy w ciągu roku byli zatrzymani po kilkanaście, a nawet po kilkadziesiąt razy. Co zaś zasługuje na szczególną uwagę spotykają się częstokrotnie pomiędzy zatrzymanemi osoby od których zależy bezpieczeństwo ruchu: szoferzy, tramwajarze, kolejarze. Statystyka pogotowia jest nie mniej wymowna, niż protokuły policyjne. Pogotowie ratunkowe udzieliło pomocy w roku 1925 w 22.100 przypadkach, alkohol odgrywał rolę w 1,107 t. j. w 5%. Statystyka szpitalna choć bardzo niedokładna rzuca jednak pewne światło na omawianą sprawę. Tylko w szpitalu Jana Bożego dla umysłowo chorych znajdujemy iż wśród chorych 12% zawdzięcza swój stan bezpośrednio ostremu lub chronicznemu zatruciu wyskokiem. Alkoholizm szerzy się u nas i wśród dzieci. Ankieta przeprowadzona w roku 1924 w szkołach powszechnych stolicy wykazała, że 3,5% dzieci pije wódkę codziennie, 9,4% częściej niż raz na tydzień, a 251 wśród zbadanych 40.000% upija się. Odsetek dzieci niepijących wynosi 32,5%. Liczby te są zbyt wymowne, by wymagały komentarzy. Podobne dane spotykamy i dla miasta Łodzi.

Dane co do szerzenia się chorób wenerycznych są bardzo ubogie. Spis chorych wenerycznych, leczących się w szpitałach, przychodniach i u lekarzy prywatnych przeprowadzany jest rok rocznie we wrześniu. Obrazuje on jednak stan rzeczy w pewnym określonym czasie i jest jak już wyżej wspomniano bardzo niedokładny. Zgodnie ze spisami dokonanemi w roku 1924 i 1925 liczba chorych wenerycznych wynosi około 12 na 10.000. Ze źródeł obcych i poszczególnych badań przeprowadzanych u nas wiemy, że liczby te są bardzo dalekie od rzeczywistości. Ogniska endemiczne kiły spotykamy u nas w województwie Krakowskiem i Stanisławowskiem. Przeprowadzone tam badania wykazują, że odsetek zakażonych kiłą wynosi 7%—10%.

Jakież istnieją drogi zwalczania tych klęsk społecznych? Są niemi zarządzenia władz z jednej strony, samodzielna akcja społeczeństwa z drugiej. Zadaniem władz jest stworzenie odpowiednich ram ustawowych i umożliwienie działalności społecznej, ułatwienie pracy tym jednostkom, które istotę zła rozumieją i chcą z niem prowadzić walkę. Społeczeństwo winno dążyć do opanowania swych chorób przez podniesienie wydajności pracy a tem samem stopy życiowej szerokich mas ludowych, przez uświadomienie i propagandą zdrowia. Nawet w dzisiejszych trudnych warunkach można dużo zrobić, można na tej samej stopie życiowej żyć lepiej i zdrowiej. Z propagandą zdrowia iść należy do wszystkich warstw społecznych, bo wszystkie o higienie wiedzą zbyt mało, ale główny wysiłek powinien być skoncentrowany na zaszczepienie przyzwyczajeń higjenicznych i zrozumienie klęsk jakie niosą ze sobą choroby społeczne wśród dziatwy szkolnej i młodzieży. Szkoły powszechne powinny stać się dla nas tym szańcem obronnym, mającym na względzie nietylko teraźniejszość, lecz i przyszłość.

Podstawą jednak w zwalczaniu chorób społecznych winien być pogląd, że jednostka sama przez się jest często w stosunku do nich bezsilną. Powstają one wskutek istniejącego ustroju społecznego, i naprawdę zwalczane ono mogą być przez społeczeństwo, jako całość. Dobitnie sprawę tę ujmuje znany pisarz Duclaux. „Podejmuję się ustrzec od przyczyn zarazy, o ile się dowiem, iż to leży w mojej mocy. Ale są takie, o których nic nie wiem, inne wobec których jestem bezsilny — są wreszcie takie, które dosięgają mnie za sprawą ustroju społecznego. Bo czyż niema względem mnie obowiązków choćby z tego tytułu, żem słaby, a ono silne, że nie świadom jestem, a ono z zasady wszystko wiedzieć powinno".

(—) S. Adamowicz.




**CUKIERNIA i KAWIARNIA**
**W DOMU ZDROJOWYM**

urządzona na wzór pierwszorzędnych lokali europejskich. ◈ Codziennie świeże ciasta warszawskie. ◈ Napoje i trunki wyborowe. ◈ Codziennie od godz. 5—7 popoł. „Five-o-clok". ◈

Rendez-vous Towarzystwa

PRZYGRYWA WARSZAWSKI ZESPÓŁ HENRYKA GOLDA.

WIECZOREM O GODZ. 9-TEJ **DANCING.**

Ręcząc za solidną i rzetelną obsługę, poleca się względom P. T. Publiczności **ZARZĄD.**


# Walka z gruźlicą

## jako zagadnienie społeczne i państwowe w Polsce.

Jedną z podstaw szczęścia jest zdrowie. Walka o nie jest jednocześnie walką o szczęście. Działalność higjenisty dąży świadomie do tego celu.

Postępy nauk lekarskich, dążące w pierwszym rzędzie do poznania przyczyn chorób, zbadania dróg, któremi się one szerzą, jeżeli chodzi o choroby zakaźne, wyjaśnienia warunków i okoliczności, w jakich powstaje rozwój choroby w organizmie człowieka, dały nam w drugiej połowie dziewiętnastego wieku i w początku dwudziestego potężny oręż do ręki. Zwyciężyć szkodliwe czynniki, skracające życie ludzkie — to przedewszystkiem poznać je dokładnie.

Ostatnie ćwierć wieku na polu działalności sanitarno-higjenicznej — to triumf kultury nowoczesnej. Idziemy świadomie i drogą pewną do zwycięstwa, choć droga ta jest ciężką i trudną i trzeba będzie jeszcze pracy całych pokoleń, zanim opanujemy zupełnie choroby zakaźne i choroby t. zw. społeczne, a mianowicie: gruźlicę, choroby weneryczne, alkoholizm. Ale zwycięstwo to jest niewątpliwe i w krajach zachodnich o wysokiej kulturze zostało ono w stosunku do niektórych chorób już osiągnięte.

Patrząc w przyszłość jednego lub dwóch wieków, zarysowuje się w naszej wyobraźni z punktu widzenia zdrowia organizacja społeczeństwa, dająca wielką pewność i trwałość życia skutkiem pozbycia się zupełnego dziś tak pospolitych chorób zakaźnych. Obrazy tego przyszłego świata tak świetnie ujęte w „Utopii" przez pisarza angielskiego Wellsa nie są już sprawą tak dalekiej przyszłości, jakby się to wydawać mogło. Zastosowanie zasad higjeny w codziennej praktyce życia spowoduje z największą pewnością zupełny zanik chorób zakaźnych ostrych czy przewlekłych.

Do tych chorób należy w pierwszym rzędzie gruźlica, która ze względu na jej rozpowszechnienie u nas we wszystkich sferach społeczeństwa, stanowi jedno z najbardziej aktualnych zagadnień doby dzisiejszej.

Niema człowieka w Polsce, któryby z tem zagadnieniem się nie zetknął, tak samo, jak niema u nas rodziny, któraby w ciągu ostatniego dziesięciolecia nie miała wśród dalszych lub bliższych krewnych przypadku choroby lub zgonu na gruźlicę w tej czy innej postaci.

Gruźlica jest chorobą, wywołaną przez drobnoustroje swoiste, t. zw. prątki Kocha, odkryte przez tego wielkiego uczonego przed czterdziestu kilku laty. — Rozwijać się one mogą tylko w organizmie ludzkim lub zwierzęcym i stąd dwa rodzaje tych prątków: ludzki i bydlęcy. — Przedostanie się prątków Kocha i rozwój ich w organizmie powoduje powstawanie zmian chorobowych w tkankach, t. zw. gruzełków, ledwo dostrzegalnych okiem ludzkiem. Gruzełki zlewają się, tworząc serowate białawe masy, ulegające następnie powolnemu ropieniu i rozpadowi.

Ten proces jednakowo zupełnie przebiega w ustroju ludzkim i zwierzęcym. Zachodzi on we wszystkich organach i we wszystkich tkankach organizmu i stąd niezmierna różnorodność postaci chorobowych, wywołanych przez gruźlicę.

Znamy dobrze najważniejsze obrazy chorobowe, wywołane przez gruźlicę.

Oto obraz tak często spotykanej w wieku młodzieńczym gruźlicy płuc — suchot. Powolny, w początkach zupełnie niewinny postęp choroby, przejawiający się stanem podgorączkowym, lekkim kaszlem, złym wyglądem. W miarę postępu chory coraz więcej kaszle, pluje obficie, przestaje pracować. Przy badaniu stwierdzamy ogniska chorobowe w szczytach płuc; pozostawiona samej sobie, choroba szybko prowadzi do charłactwa i śmierci i stąd powstała nazwa suchot.

Lecz dziś wiemy, że gruźlica płuc jest w początkach w olbrzymiej większości przypadków uleczalna, a częstokroć nawet w postaciach rozwiniętych istnieje możliwość zupełnego wyleczenia.

Gruźlica płuc jest najczęstszą postacią zakażenia prątkami Kocha i jednocześnie najważniejszem źródłem szerzenia się choroby, gdyż plwocina chorych płucnych zawiera najwięcej prątków. Zakażenie otoczenia powstaje albo drogą wchłonięcia drobnych kropelek rozpylonych w powietrzu podczas kaszlu chorego, albo drogą zetknięcia się z przedmiotami zakażonemi plwociną, albo też drogą wdychania kurzu, zawierającego cząsteczki wysuszonej plwociny. Zakażenie dzieci mlekiem krów dotkniętych gruźlicą, jest rzeczą stwierdzoną, choć jest ono mniej niebezpieczne, niż zakażenie plwociną.

Żaden okres życia ludzkiego nie jest wolny od zakażenia gruźliczego.

Niemowlę w ciągu pierwszych miesięcy życia jest najbardziej wrażliwe na zakażenie, o ile liczba wchłoniętych prątków jest dostateczna. Zakażenie niemowlęcia jest prawie zawsze śmiertelne, a nieuniknione w przypadku gruźlicy płuc matki.

W pierwszych latach dzieciństwa gruźlica powoduje przeważnie obrzęk gruczołów chłonnych, które częstokroć ulegają powolnemu ropieniu. — Te porażenia znane pod nazwą zołzowatych lub dawniej zwane skrofulozą, są niezmiernie częste.

W ustroju dziecka prątki gruźlicze często umiejscawiają się w tkankach kostnych, stawach. Występują wtedy przewlekłe obrzęki, próchnica kości, a w przypadku porażenia kręgów — skrzywienie kręgosłupa lub garb. Zmiany kostne są uleczalne w wieku dziecięcym lub młodocianym. U dorosłych są one zwykle bardzo poważne.

Wreszcie zakażenie gruźlicą daje czasami obraz zakażenia ogólnego o przebiegu ostrym zwykle śmiertelnym. Podobnież porażenie opon mózgowych jest nieuleczalne. Mniej złośliwe jest porażenie opłucnej i otrzewnej, często powodujące wysięki.

Taką jest niezmierna skala obrazów chorobowych, jakie wywołuje gruźlica. — **Nauka wykazuje, że zakażenie gruźlicze powstaje zwykle w wieku dziecięcym.** Gruźlica dorosłych jest rozwojem zakażenia prątkami, które przedostały się do ustroju w dzieciństwie.

Podstawą walki z gruźlicą będzie więc ochrona dziecka przed zakażeniem.

Gruźlica jest chorobą niezmiernie rozpowszechnioną w Polsce. Według prawdopodobnych obliczeń na 100.000 ludzi żyjących — około 300 umiera u nas rocznie na gruźlicę. Stąd też zakażenie jest prawie powszechne, to znaczy, że przed 18 rokiem życia prawie wszyscy zakażeni są prątkami. Lecz w przeważającej większości przypadków, o ile zakażenie nie jest masowe, t. zn. o ile nie wchłonęliśmy wielkiej liczby zarazków, organizm sam zwycięża to zakażenie.

Czy może się ustrzc od gruźlicy rodzina, w której ktoś na tę chorobę jest chory?

Zawsze i łatwo z jednym tylko wyjątkiem — matka chora na gruźlicę prawie zawsze zaraża niemowlę. W tym przypadku należy dziecko zaraz po urodzeniu zabrać i wychowywać w innem środowisku.

Chorego na gruźlicę płuc, najbardziej zaraźliwą, możemy unieszkodliwić dla otoczenia. Chory musi zachować zasadę jaknajbardziej skrupulatnej czystości wokoło siebie — spluwać do naczyń zamkniętych z płynem odkażającym, spać w oddzielnym pokoju, a przynajmniej w oddzielnem łóżku, kaszląc, zasłaniać usta chusteczką, nie dotykać i nie całować dzieci. — Bezwzględne zachowanie tych zasad czyni chorego nieszkodliwym dla najbliższych.

Chronimy dzieci przed stycznością z chorymi — a ileż dzieci w b. zamożnych rodzinach zginęło skutkiem gruźlicy mamek, nianiek, służących, wychowawców, lub kogoś z rodziny, który pieszcząc i całując dzieci poprostu ciągle nasycał prątkami ich ustroje. Iluż łez matczynych można uniknąć, jeżeli pamięta się o tem niebezpieczeństwie.

Drugą podstawą walki z gruźlicą jest konieczność przeświadczenia, że jest to choroba w większości przypadków uleczalna. Trzeba do tego słońca, powietrza, dobrego odżywiania, higjenicznego życia. Zwalczanie gruźlicy wymaga więc zakładów leczniczych, sanatorjów, szpitali. Dzieci słabe i zakażone wysyłamy na kolonje letnie, oddajemy do szkół na otwartem powietrzu, odżywiamy odpowiednio. Niema wdzięczniejszego pola działalności lekarskiej, niż to powracanie do stanu normalnego dzieci, które pozostawione same sobie giną, lub stają się inwalidami.

Jak walczymy z gruźlicą?

Uświadomienie jest pierwszym warunkiem. Musimy je osiągnąć przedewszystkiem tam, gdzie istnieje niebezpieczeństwo: w rodzinie chorego. Bronią naszą są przychodnie — poradnie przeciwgruźlicze, w których chory znajduje się pod stałą opieką lekarza, a rodzina jego otrzymuje opiekę pielęgniarską. Pielęgniarki-higjenistki, odwiedzając rodziny chorych, stale pouczają, jak należy się zachować i jak przestrzegać zasad czystości i higjeny codziennej. Nawet w najbardziej ubogich i ciężkich warunkach bardzo dużo możemy zdziałać, a nieraz pomóc w umieszczeniu chorego w szpitalu, w sanatorjum, w leczeniu.

Przychodnie-poradnie zajmują się rozpoznawaniem choroby, są one sztabem generalnym całej akcji i koordynują działalność innych instytucyj, tworzonych do walki z gruźlicą, jako to: szpitali, sanatorjów itp.

Co dotychczas zdziałano w tej mierze w Polsce?

Dorobek nasz jest skromny, bo mamy w niepodległej Polsce zaledwie kilka lat pracy poza sobą, a za czasów zaborczych tylko samo społeczeństwo bez pomocy państwa rozpoczęło tę walkę.

To, co dotychczas zostało zrobionem, jest jednak kamieniem węgielnym całej przyszłej organizacji. Liczba przychodni, wynosząca przed 5 laty zaledwie kilkanaście, sięga dzisiaj stukilkunastu. Liczba Towarzystw Przeciwgruźliczych wynosi dzisiaj sto kilkadziesiąt. Utworzyły one, łącząc się razem, Związek Przeciwgruźliczy, który jest ich organem koordynującym, dającym inicjatywę, potrzebne instrukcje — drogą własnych wydawnictw lub czasopisma, wydawanego pod nazwą „Gruźlica".

Walka z gruźlicą tylko wtedy będzie miała powodzenie, jeżeli całe społeczeństwo przyjmie w niej udział. Jest ona zagadnieniem społecznem w całem znaczeniu tego słowa.

W polityce zdrowotnej państwa zagadnienie gruźlicy będzie najlepszym rzecznikiem stanu zdrowotności, warunków kulturalnych, mieszkaniowych, odżywiania ip. W bilansie naszej pracy szerzenie się gruźlicy jest nader ujemnym czynnikiem, bo powoduje ona ubytek setek tysięcy dni pracy straconych przez chorych i do tego niezmierne koszty leczenia.

Jeżeli tylko każdy przyczyni się do podniesienia poziomu naszej kultury zdrowia choćby tylko drogą przestrzegania zasad zdrowego i higjenicznego życia i uświadamiania swych najbliższych o konieczności ich przestrzegania, to osiągniemy olbrzymie postępy i przyczynimy się swoją cegiełką do budowy gmachu przyszłej zdrowej, potężnej i silnej Polski.

(—) **Dr. Czesław Wroczyński**
Prezes Pol. Zw. Przeciwgruźliczego.

**POŻYCZKĘ AMERYKAŃSKĄ**

**otrzymają tylko kraje posiadające światowe firmy. Taką firmą jest**

**BACZEWSKI, LWÓW**

**Rok założenia 1782**

**LIKIERY — WÓDKI — RUM**

**Dr. BRONISŁAW OWCZARSKI**

**ordynuje w Krynicy „POD TOPOLAMI"**

**od godziny 8 do 12 i od 15 do 18.**

**Dr med. Kazimierz Wilczewski**

**specjalista chorób sercowych** i wewnętrznych „Szkoła". Godziny przyjęć od 8—11 i od 3—5.

**Dr Anatol Kopp**

w chorobach wewnętrznych i nerwowych stale ordynuje **w Krynicy** willa **„Biała Róża".**

# Akcja społeczna zwalczania raka
## na Ziemiach Polskich.

Dni Zdrowia! Ile radości, życia w tych słowach, ile pogody i blasków słonecznych w silnej i mocnej młodzieży — tej kraju przyszłej potędze, która mocnemi ramionami podtrzymywać będzie wielki strop Rzeczypospolitej, od morza hen po Dniestr, od wielkich hut śląskich aż za bory litewskie! Zdrowie narodu — to największy kapitał oszczędnościowy, który powoli zaczynamy zbierać dla naszej Ojczyzny. Ale dziś jeszcze mamy więcej, niestety, do czynienia z tem wszystkiem, co temu zdrowiu stoi na drodze, z szeregiem klęsk społecznych, które — zwłaszcza w okresie powojennym — trapią ludzkość, zbierają obfite żniwo, wyrywają nieraz najlepsze, najdzielniejsze jednostki. Do takich klęsk należy też cierpienie, zwane **rakiem.**

Niejeden z przerażenia otrząśnie się i powie mi, zapewne: ale pocóż mówić dziś właśnie o tej okropnej chorobie? Cóż nas obchodzić może to cierpienie w chwili radosnej, w okresie poświęconym „Dniom Zdrowia"? Nie wiemy nawet, jak ono przebiega, nie wiemy, czy często występuje.

Otóż właśnie przy takiej sposobności, jak dziś jako kontrast i przeciwieństwo zdrowia, trzeba mówić o niektórych chorobach, trzeba o nich pamiętać, trzeba być przygotowanym do walki z niemi, aby, gdy nadejdzie ta chwila walki, mieć mocny i niezawodny oręż w ręku.

„Rakiem" nazywamy chorobę, która powstaje w ustroju ludzkim jako tworzenie się tkanki szybko rosnącej, prowadzącej do guza — nowotworu, umiejscowionego w widocznem miejscu organizmu lub w niedostępnem do bezpośredniego zbadania. W widocznem nawet miejscu — n. p. na skórze, na wardze, w piersi i t. p. — rak przez czas dłuższy rozwija się często prawie niepostrzeżenie, nie sprawia bowiem żadnego bólu: mała krostka lub owrzodzenie, które nie znika lecz powoli się powiększa — oto zwykły obraz początku tego cierpienia. O ile chory zgłasza się do lekarza w tym okresie — po zbadaniu i stwierdzeniu nowotworu prawie zawsze chorego udaje się wyleczyć, czy to drogą operacyjną czy w inny sposób, jak naświetlanie radem. Przeważnie jednak osoba, obarczona napozór tak niewinną sprawą, nie przypisuje jej żadnego znaczenia, rozdrapuje wrzodzik, jątrzy, zwleka z pójściem do lekarza, a gdy wreszcie decyduje się zasięgnąć porady, nowotwór drąży już wgłąb, usunąć go znacznie trudniej, zajęte są już sąsiednie gruczoły chłonne, a stąd może przenieść się tkanka nowotworowa do innych, nawet oddalonych części ciała, tworzyć tak zwane przerzuty, bądź widoczne, bądź niewidoczne.

Gdy nowotwór pozostaje w miejscu niewidocznem, sprawa jest o tyle gorsza, iż o istnieniu jego trzeba się domyślać jedynie z objawów ogólnych, jak osłabienie organizmu, silne wychudnięcie, brak łaknienia, niemożność pracy i t. p. Skoro wszystko nasuwa podejrzenie o ciężką chorobę, a różne pomocnicze badania wskażą wreszcie, gdzie się nowotwór znajduje (np. w żołądku), to choroba bywa niekiedy już tak dalece posunięta, że nawet operacja nie zawsze może pomóc. Ale nie ulega żadnej wątpliwości, że prawie we wszelkich postaciach wcześnie rozpoznanego raka nóż chirurga, rad (wykryty przez naszą genialną rodaczkę p. Marję Skłodowską-Curie) lub promienie Roentgena przynoszą bądź całkowite wyleczenie, bądź długotrwałą wieloletnią poprawę.

A więc niesłychanie ważnym czynnikiem w walce osoby chorej na raka z cierpieniem jest wczesne poddanie się badaniu lekarskiemu i leczeniu. Do tego służy z jednej strony przychodnia, gdzie nawet najbiedniejszy chory może w każdej chwili znaleść odpowiednią poradę i wszelkie środki pomocnicze, potrzebne do stwierdzenia choroby, z drugiej strony — odpowiedni szpital, w którym chorego zoperują i usuną nowotwór, lub naświetlą go radem albo promieniami Roentgena. Czy dużo posiadamy takich przychodni i szpitali w Polsce? Myślisz, Drogi Czytelniku, że wyliczę setki lub dziesiątki takich instytucyj, rozrzuconych po większych miastach naszej pięknej, szerokiej Rzeczypospolitej — otóż, przepraszam bardzo, ale mylisz się: zaledwie na palcach jednej ręki wyliczę, i to przeważnie jako poczynania społeczne (w Warszawie przychodnia Polskiego Komitetu do zwalczania raka, w Wilnie), samorządowe (w Łodzi), dochodowe (w Krakowie). No, to może nie potrzeba tego? może Polska jest szczęśliwym krajem, w którym tej ciężkiej choroby mamy bardzo mało? Niestety, według przybliżonych obliczeń umiera w Polsce co roku na raka około 20 — 25.000 ludzi — warto więc tworzyć przychodnie i szpitale, bo tych, co potrzebują, jest tak przerażająco wielka liczba! Czy i w innych krajach czyni się tak mało w tej doniosłej sprawie, co w Polsce? O, nie: Francja cała pokryta jest siecią wspaniałych instytucyj, z których każda posiada i rad i aparaty Roentgena i szpital, w samym Paryżu kilkanaście przychodni, szereg oddziałów szpitalnych i, z górą 3 gr. radu, podczas gdy w całej Polsce jest może dziesiąta część tego radu, co w Paryżu i ani jednego odpowiedniego szpitala. Zdumiony jesteś, Czytelniku, i zapytujesz: więc się u nas nic nie robi? Cokolwiek, ale bardzo mało. Z inicjatywy Polskiego Komitetu do zwalczania raka powstaje w Warszawie Instytut Radowy, jako Dar Narodowy dla Marii Skłodowskiej-Curie, przy którym będzie lecznica dla rakowatych na 50 łóżek; ten sam Komitet prowadzi przychodnię, a ostatnio pod przewodnictwem Pani Prezydentowej Mościckiej powstało przy nim w Warszawie „Koło Pań" mające za zadanie opiekę społeczną nad chorymi na raka i ich rodzinami; w Łodzi zaczyna się rozwijać, przy Magistracie Sekcja raka, coś niecoś czyni się we Lwowie i Wilnie, operuje się po różnych oddziałach szpitalnych, ale niema żadnej szerokiej, celowej akcji, potrzebnej dla ratowania tej ogromnej corocznej armji, skazanej na zagładę. A przecież tysiącom ludzi można co roku uratować życie, tysiącom pozwolić pracować przez długie lata dla dobra kraju — nie trzeba więc zwlekać z tą pomocą, trzeba nareszcie zacząć ją na szeroką skalę organizować.

A więc dzisiejsze „Dni Zdrowia" to nietylko pokaz siły fizycznej, popis zręczności młodzieży, zawody sportowe wszelkich rodzajów — lecz organizacja walki z cierpieniami, ratowanie setek tysięcy ludzi dojrzałych, potrzebnych społeczeństwu. Zastanówmy się nad powagą sprawy — każdego z nas może dotknąć to nieszczęście, że ktoś bliski w rodzinie zachoruje na raka — każdy z nas zechce szukać odpowiedniego ratunku. A jeśli go nie znajdzie w tym stopniu, w jakim zachodzi potrzeba — co czynić wtedy?

Nie zwlekajmy więc — dziesiątki tysięcy ludzi od lat co roku czeka na nasz czyn.

(—) **Docent Dr. Stefan Sterling-Okuniewski**
Sekretarz Generalny Polskiego Komitetu do zwalczania raka.

# Wychowanie fizyczne jako broń w walce z gruźlicą.

Celem niniejszych wywodów nie może być, oczywiście, orjentacja w zasobie środków wiodących ku zmniejszeniu ilości zakażeń gruźliczych w wieku młodocianym: jest to bowiem domena higjeny ogólnej, społecznej i szkolnej. Rozpatrując rolę wychowania fizycznego w walce z gruźlicą, weźmiemy ilość zakażeń taką, jak nam ją przedstawia statystyka i będziemy poszukiwać sposobów, któreby uczyniły te zakażenia mniej groźnemi wzmagając odporność ustroju.

Jak wiadomo, statystyka zakażeń gruźliczych w wieku szkolnym mówi nam rzeczy smutne, bo stwierdza, że ogromna większość dzieci jest natyle dotknięta atakiem zarazków gruźliczych, iż odczyn Pirqueta stwierdza obecność swoistych substancyj ochronnych. Dowiedziono tego i na Zachodzie i w Polsce. Ale ta sama statystyka pociesza nas też, wykazując znacznie mniejszą ilość choćby częściowego powodzenia tych ataków. Organizm broni się i często zwycięża. Jeżeli więc badania odczynem Pirqueta dzieci szkół powszechnych wykryły w Warszawie 55,1 (Biehler), w Kaliszu 74% zakażonych (Koszutski), niedawne prześwietlania rentgenowskie uczniów jednego z gimnazjów warszawskich (Szokalski) dały już tylko 38% przypadków obrzęku gruczołów okołooskrzelowych, a najmniej, bo 21%, zmian w szczytach płuc. Hipokratesowa zasada samoleczenia potwierdza się tu pięknie, niż gdziekolwiek, tem bardziej, że wśród zmian tak wykazanych, spory procent obejmuje ataki już pokonane — tkanki zniszczone, lecz zabliźnione, lub zwapniałe, niegroźne dla otoczenia.

Natura leczy, jak powiada mędrzec grecki. Ale można i trzeba jej pomóc, by to samoleczenie uczynić pewniejszem i skuteczniejszem. I tu, tak teorja jak doświadczenie, wskazują nam wychowanie fizyczne w najobszerniejszem tego słowa znaczeniu, jako najdzielniejszego sprzymierzeńca. Wyjąwszy przypadki rozwiniętej choroby, wymagające leczenia sanatoryjnego, lekkie zakażenia gruźlicze leczą się same pod wpływem wrodzonej (lub nabytej wskutek zakażenia) odporności, wspomaganej przez korzystne warunki życiowe. I w tych warunkach korzystnych życiowych nie mamy przed sobą nic innego, jak wychowanie fizyczne, choć najczęściej raczej przypadkowe, niż świadomie i racjonalnie stosowane. Nie pozostaje nam tedy nic innego, jak udoskonalenie tej akcji przyrody, a to drogą wyzyskania nowoczesnej wiedzy lekarskiej i wychowawczej.

Wiemy, że środki, jakiemi rozporządza dzisiejsze wychowanie fizyczne obejmują racjonalne żywienie, działanie powietrza, słońca, wody, umiejętnie stopniowaną pracę mięśniową, wreszcie pogodny nastrój psychiczny. Wiemy niemniej, że nauka nie wskazała nam dotąd skuteczniejszych nad właśnie wymienione środki, gdy idzie o leczenie lekkich, początkowych stadjów zakażenia gruźliczego. Trzeba więc tylko zapewnić dziecku gruźlicą zagrożonemu właściwe dawki tych środków leczniczych — będą one bowiem z reguły odmienne od tych, które służą najlepiej dziecku zdrowemu. Lekarz domowy, społeczny, czy szkolny, ma tu decydujące słowo do powiedzenia. Niestety, nie wszędzie on jeszcze zdołał dotrzeć i mało gdzie dano mu pracować w warunkach jakie nauka wskazuje. Co gorsza, najlepsze jego polecenia nieraz nie staną się ciałem z powodu przeszkód zewnętrznej natury ekonomicznej, czy kulturalnej. Dość wspomnieć nędzę mieszkaniową i nie mniejszą nędzę budynków szkolnych, analfabetyzm rodziców, brak uświadomienia higjenicznego u nauczycieli: wszystko rzeczy u nas jeszcze wciąż nie rzadkie.

Ale zostawmy na boku te najtrudniejsze warunki, zaznaczając tylko, że i tam nigdy nie należy sprawy uważać za przegraną, gdyż nawet tam rozum i dobra wola mogą zdziałać cuda. I tak bowiem, choćby w najlepszych razach, o ile tylko chodzi o wychowanie mas, bardzośmy jeszcze daleko od ideału. Ideałem tym byłaby ścisła indywidualizacja — dostosowanie odpowiedniej metody do wymagań stanu zdrowia każdego dziecka zosobna. Dziś jesteśmy radzi, gdy się nam uda, bodaj z grubsza podzielić materjał ludzki na grupy, by uniknąć przynajmniej wielkich błędów w postępowaniu. Trudności ekonomiczne, nadto, nie pozwolą nam tych grup wydzielić nietylko w osobne szkoły, lecz nawet w równoległe klasy. Pamiętajmy, że szkoły leśne, ten znakomity pomysł wychowawczo-leczniczy, są tak kosztowne, iż trzeba je rezerwować dla przypadków poważniejszych. W rezultacie, wychowawca fizyczny szkolny zrobi wiele, gdy podzieli klasę na dwie lub trzy grupy według danych antropometrycznych, badania lekarskiego oraz próby sprawności fizycznej i będzie starał się traktować je odrębnie przy gimnastyce, grach, wycieczkach itp. Nie o wiele lepiej da się rzecz urządzić w kolonjach i półkolonjach letnich. Lecz trzeba się pocieszyć tem, że gdy dziecko z lekką gruźlicą gruczołową (czyli jak dawniej nazywano ze skrofułami) dostanie się do jednej grupy z dziećmi niedożywionemi, anemicznemi itp., nie dzieje mu się krzywda, bo główne wskazania co do trybu życia są we wszystkich trzech przypadkach bardzo podobne.

Przechodząc do niektórych szczegółów, nie myślę tu rozwodzić się nad koniecznością wielu dzieci tej kategorji, rekrutujących się z rodzin ubogich. Straszne stosunki wojenne uprzytomniły nam całą grozę klęski głodowej proletarjatu. Zbyt łatwo tylko przeoczył nasz zamożniejszy ogół, że klęska ta trwa, a jedynie formy jej, dziś mniej jaskrawe, nie tak silnie już przemawiają do naszego uczucia i ofiarności.

Jeszcze mniej pamiętamy o konieczności zapewnienia młodym istotom ludzkim dostępu powietrza i słońca. Dziatwa miejskich suteryn i poddaszy, wiedziona instynktem, szuka tych życiodajnych czynników, lecz znajduje tylko marne ich surogaty na ciasnej, brudnej, hałaśliwej i niebezpiecznej ulicy. Gminy miast polskich jeszcze sobie nie uprzytomniły ogromu znaczenia problemu boisk dla dziatwy. To, co w tej mierze widzimy, nie może zaspokoić ani dziesiątej części zapotrzebowania. Nie lepiej przedstawia się kwestja kąpieli, a tembardziej pływalni dla dziatwy i młodzieży.

Jakież formy ćwiczeń cielesnych są wskazane dla naszej zagrożonej dziatwy? W wieku przedszkolnym tylko swobodne zabawy, wskazane samym instynktem dziecka. W szkolnym — gimnastyka, gry i sporty wychowawcze, pływanie, wycieczki piesze, ćwiczenia harcerskie, praca w ogrodzie. Wysiłki fizyczne mogą tu, na równi z takiemi szkodliwościami, jak złe żywienie, brak powietrza i słońca, obniżyć odporność naszego wychowanka na działanie zarazków. Tej wątłej dziatwy zatem nie wolno nam, broń Boże, wciągać w wir silnej emulacji sportowej, zwłaszcza zaś w walkę z silniejszymi rówieśnikami.

Z drugiej strony jednak, nieminiejszym błędem byłoby ograniczanie sfery ruchu naszych słabeuszów do jakiejś jednostronnej „gimnastyki oddechowej". Musimy się liczyć z faktem, że badania prof. Lindharda (Kopenhaga) zredukowały niemal do zera wartość zdrowotno-wychowawczą ruchów oddechowych, wykonywanych na komendę. Przy całkowitej gimnastyce mogą one być skromnym dodatkiem conajwyżej — nigdy zaś ćwiczeniem samodzielnem. Właściwe i główne ćwiczenie oddechu idzie zawsze w parze z ćwiczeniem serca i naczyń krwionośnych i one też właśnie, a nie cokolwiek innego, są potrzebne naszemu wątłemu dziecku. A będą to przedewszystkiem gry ruchowe na wolnem powietrzu i łagodnie, rozrywkowo uprawiane sporty.

Pozostaje jeszcze pytanie: jakie wysiłki organizacyjne są wskazane dla przeprowadzenia nakreślonego programu? W obrębie pierwszych lat życia, oczywiście, uświadamianie matek — ten kamień węgielny tylu innych spraw higieny społecznej. Gdy idzie o wiek przedszkolny i szkolny, szeroka akcja Jordanowska. Tak bowiem w Polsce powinien się nazywać ruch boiskowy, przed laty czterdziestu tak chlubnie zapoczątkowany przez Henryka Jordana, a teraz u nas tak zaniedbany, że dziś po wzory musimy zdążać do Ameryki. Akcję tę podjęła w roku bieżącym Sekcja wychowania fizycznego przy Tow. Naucz. Szkół Średn. i Wyższych i jest nadzieja, że przy pomocy społeczeństwa zdoła ona rozrywki znacznej części dziatwy proletarjatu miejskiego przenieść z zaułków na murawę boisk. Wreszcie, wielekroć więcej dzieci polskich jeszcze muszą objąć kolonje, a zwłaszcza tańsze od nich półkolonje, tak, aby przestał istnieć typ dziecka szkolnego, spedzającego wakacje na zbijaniu bruków miejskich. Wielkie to i trudne zadania — lecz jakże wdzięczne zarazem. Dość powiedzieć, że w walce z gruźlicą uczyni spełnienie ich w dziesiątkach lat więcej, niż daleko droższe sanatorja. Atakuje bowiem wroga najskuteczniej wtedy — gdy jest jeszcze słaby i łatwy do pokonania.

(—) **Eugenjusz Piasecki**, prof. Uniw. Pozn.


**Restauracja i Kawiarnia „ZACISZE"**

**Krynica-Zdrój**

Po gruntownem **odnowieniu** lokalu i zmianie Zarządu poleca:

Pierwszorzędną kuchnię, dobrze zaopatrzony bufet śniadankowy, oraz przednie wina, koniaki, likiery i t. d.

**Codziennie koncert doborowego zespołu muzycznego.**

**Dancingi. — Rendez-vous wytwornej publiczności. — Dla zebrań towarzyskich gabinety.**

**Dr Ryszard Reich**

ordynuje w chorobach kobiecych i wewnętrznych willa **„Pod Krukiem"** (obok nowych łazienek). Terapja elektryczno-świetlna (Diatermja, Elektryzacja, Lampa kwarcowa, Sollux) w godzinach: od 9 — 12 i od 3 — 6.


# Znaczenie społeczne poradni przeciwgruźliczej.

Na czoło społecznej akcji zwalczania gruźlicy we wszystkich krajach wysunęła się w ostatnich latach poradnia przeciwgruźlicza.

I nic dziwnego, okazało się bowiem, że walka z gruźlicą może być skuteczna tylko wówczas, jeżeli wypadki tej choroby wykrywa się w samych początkach i jeżeli umiejętnie zapobiega się jej szerzeniu. We wczesnych bowiem okresach gruźlica jest całkowicie uleczalną a celowa i rozumna ostrożność wystarcza, aby uchronić zdrowych przed tą ciężką chorobą.

Poradnia przeciwgruźlicza ma właśnie za zadanie **wczesne i dokładne rozpoznawanie gruźlicy oraz zapobieganie szerzeniu się tej choroby.**

Późne stwierdzenie gruźlicy uniemożliwia skuteczne jej leczenie: chory taki nigdy nie powraca już do zdrowia. Z braku wczesnego rozpoznania, chorzy przez czas dłuższy zarażają swe otoczenie, wcale o tem nie wiedząc. Zdarza się również, że gruźlicę rozpoznaje się tam, gdzie jej właściwie niema, przez co zatruwa się egzystencję jednostki. Djagnoza tej poważnej choroby decyduje nieraz o zmianie zawodu i o innych poważnych zamierzeniach życiowych.

**A więc jedynie wczesne i prawidłowe rozpoznanie gruźlicy daje zasadnicze gwarancje bezpieczeństwa wszystkim bez wyjątku warstwom społecznym, zarówno biednym jak i zamożnym.**

Wymagania powyższe w stosunku do gruźlicy spełnić może tylko poradnia przeciwgruźlicza, ponieważ:

1. posiada ona przedewszystkiem wyspecjalizowany personel lekarski i pielęgniarski,
2. posiada nowoczesne urządzenia rozpoznawcze (djagnostyczne) jak aparat Roentgena, laboratorjum chemiczno-bakterjologiczne (badanie plwociny), niezbędne do wczesnego stwierdzenia gruźlicy,
3. poradnia jest dostępna dla wszystkich bez wyjątku, a nadto udziela porad bezpłatnie,
4. poradnia poucza szerokie warstwy społeczeństwa o wartości nowoczesnych metod badania i o niezbędności wczesnego rozpoznawania gruźlicy,
5. przy pomocy wywiadów domowych w rodzinach pacjentów poradnia odgrywa rolę w wyszukiwaniu wypadków gruźlicy, a zwłaszcza gruźlicy zaraźliwej.

Po ustaleniu djagnozy poradnia kształci chorego, jak ma się zachować, aby możliwie w krótkim czasie przyjść do zdrowia oraz poucza i jego rodzinę o sposobach zapobiegania zarażeniu się otoczenia chorego.

Aby poradnia mogła należycie spełnić swe zadanie, potrzeba całego szeregu warunków. Nadzór nad chorymi musi być stały i regularny.

Współpraca wykwalifikowanej pielęgniarki, odwiedzającej mieszkania chorych na gruźlicę, jest niezbędna. Niezbędnem jest również umieszczanie dzieci i dorosłych w zakładach odpowiednich do ich stanu zdrowia (szpitale, sanatorja i t. p.). Jest to jednocześnie działalność zapobiegawcza i lecznicza. Wreszcie poradnia przeciwgruźlicza musi zapewnić choremu i jego rodzinie opiekę moralną, a nawet materjalną.

Technika pracy lekarskiej w poradni jest dość skomplikowana i przedstawia się w zarysie w sposób następujący:

Każdemu choremu przed badaniem lekarza mierzy się ciepłotę, chory jest mierzony i ważony. Prócz zwykłego badania klinicznego w każdym wypadku wykonywane jest badanie roentgenologiczne i kilkakrotne badanie plwociny. Pewna kategorja chorych kierowana jest również do specjalistów chorób gardła i nosa. Lekarz poradni stara się o ustalenie rozpoznania (djagnozy) w możliwie krótkim czasie. Główną uwagę zwraca na leczenie klimatyczne, djetetyczne i na higjenę ogólną. Środki farmaceutyczne stosuje bardzo oględnie. Szczególną rolę przypisuje się odmie sztucznej, która, będąc najskuteczniejszą bronią w leczeniu gruźlicy, stosowana jest w każdej dobrze zorganizowanej poradni.

Do obowiązków lekarzy poradni leży nawiązanie jak najściślejszej współpracy z lekarzami szkolnymi ze względu na wielką doniosłość społeczną zwalczania gruźlicy wśród dzieci i młodzieży, która stanowi podatny materjał dla szerzenia się gruźlicy.

Te krótkie uwagi o znaczeniu poradni przeciwgruźliczej wyjaśniają częściowo wielkie jej znaczenie i zadania społeczne.

(—) **Dr. Stanisław Paradistal**
Sekretarz Wykonawczy Polskiego Związku Przeciwgruźliczego.

# Zadania pielęgniarki społecznej.

Coraz większy rozwój lecznictwa zapobiegawczego nasuwa konieczność wyjaśnienia, czem jest w tej akcji pielęgniarka zdrowia publicznego — ta szara pracownica, o której dążeniach i pracy nietylko szersza publiczność, ale nawet i bliżej stykający się z nią, mają często niejasne pojęcia.

Zwykle wyobrażają ją sobie, jako kogoś, kto jest poto, aby zarejestrować zgłaszającego się po poradę, przygotować go do przyjęcia lekarskiego; kogoś, kto odwiedza chorych w ich domach dla udzielenia wskazówek higjenicznych, zebrania pewnych danych potrzebnych bądź to doraźnie lekarzowi, bądź dla zestawień statystycznych w przyszłości; kogoś, kto będzie robił skomplikowane raporty miesięczne i zajmował się administracją poradni. Do niej należy wysłuchiwanie potrzeb zgłaszających się chorych, układanie się z tymi, którzy nie mogą być przyjęci w dniu zgłoszenia ze względu na to, że lekarz, chcąc dobrze pełnić swe funkcje, może zbadać tylko ograniczoną liczbę osób na godzinę.

Rola zaiste nieraz bardzo trudna i przykra, gdy na 10 miejsc zgłasza się 20 chorych. Do niej należy nadzór nad pracą niezawsze od niej zależnej służby.

Ot, taki bufor pomiędzy lekarzem a publicznością i sprawami administracyjnemi.

Ale oprócz tych zewnętrznych i widomych dla innych jej funkcyj istnieje jeszcze rozległa dziedzina pracy — zdobywanie serc i umysłów ludzkich dla idei, które propaguje. Dziedzina wiadoma jej tylko i tym, których chce zdobyć.

Bo wyobraźmy sobie, jak przedstawia się schematycznie funkcjonowanie jakiejkolwiek poradni. Ktoś zainteresowany zgłasza się do lekarza poradni; ten po zbadaniu daje mu szereg wskazówek, ewentualnie według uznania lekarstwo i poleca mu pokazać się po pewnym czasie. Chory wychodzi do poczekalni i staje w obliczu dylematów trudnych do rozstrzygnięcia: Oto lekarz zabronił karmić dziecko w nocy, a biedna matka mieszka kątem w ciasnej izbie — Odzwyczajanie dziecka od karmienia — to kilka niespokojnych nocy, pełnych płaczu dziecięcego. Co na to powiedzą współlokatorzy, albo mąż spragniony odpoczynku po ciężkiej całodziennej pracy.

Inny wypadek — lekarz polecił chorej sypiać oddzielnie ze względu na zaraźliwość choroby. Tymczasem w rodzinie na dwoje łóżek jest 5 osób, a pokoik tak ciasny, że nie można ustawić trzeciego, albo niema pościeli na to nowe łóżko. A czasem łóżko by się znalazło i pościel, ale chora wstydzi się powiedzieć o zleceniu lekarza, lub sypiała do tej pory z dzieckiem i nie ma serca znosić jego płaczu co wieczora, gdy je będzie kłaść spać oddzielnie. Dzieci bywają bardzo uparte. Nie mówię już o wyjeździe na wieś lub do Sanatorjum człowieka, który nie może zarobić na codzienny kawałek chleba.

Wypełnienie wskazań lekarskich napotyka tyle trudności urojonych i rzeczywistych. Chory nawet nie zawsze może o nich powiedzieć lekarzowi, bo spotyka się często z krótkiem „to poco Pan do mnie przychodzi, jeżeli nie chce robić tego, co uważam za konieczne“. Pielęgniarka wie o nich i perswazją i radą stara się je przezwyciężyć. Nie jest to łatwe. Chory spotyka się przeważnie w poradni z wskazaniami wręcz przeciwnemi jego dotychczasowym przyzwyczajeniom czy nałogom. Chodzić wcześnie spać, nie pić wódki, jadać „gotowane“, a nie „suche“, nie męczyć się, nie karmić dziecka, kiedy zapłacze, tylko regularnie — oto, co słyszy często.

Trzeba albo silnej wiary w człowieka, który je zalecił, co jest dość trudne na początku nawiązywania znajomości z poradnią, jeżeli się zważy, że część zgłaszających się do poradni przychodzi tam, bo nie ma pieniędzy na prywatnego lekarza lub nigdzie indziej im nie pomogli, albo zmiany światopoglądu po długich rozmowach i przekonywaniach. Pielęgniarka stara się wykorzystać na to każdy moment zetknięcia się z chorym, czy to w poradni, gdy chory zgłasza się do niej powtórnie na poradę, lub wychodzi od lekarza, czy u niego w domu w czasie odwiedzin czy wreszcie, gdy go spotyka przygodnie na ulicy. Z każdym musi mówić inaczej, każdemu inaczej trafiać do przekonania. Jest jak ta kropla wody żłobiąca kamień przesądów i przyzwyczajeń.

A nawet jeżeli już zupełne zrozumienie jest osiągnięte — jeszcze nie koniec pracy pielęgniarki. Trzeba dopilnować wykonania. Tu w grę wchodzi nie tylko dobra wola osoby zainteresowanej, ale ustosunkowanie się jej otoczenia do jej potrzeb.

I tu pielęgniarka ma ogromne pole do działania. Przez zdobycie sobie pewnego autorytetu, przez pozyskanie zaufania swoich chorych czy interesantów, przez znajomość ich stosunków domowych i wreszcie przez umiejętne trafianie do umysłów i serc ludzkich, może przezwyciężyć ona trudności, jakie sam chory uważał za niemożliwe do pokonania. Do współpracy wciąga nie tylko otoczenie chorego, ale i dalszą rodzinę, sąsiadów, szkołę, biuro, czy pracodawców; przekonywuje ich o konieczności i obywatelskości takiej czy innej pomocy.

Oto drobny przykład, dlaczego tak robi. Lekarz zalecił chorej, wdowie z kilkorgiem dzieci, odpoczynek na wsi po ciężkiem zapaleniu opłucnej. Sprawa nagła ze względu na szybkie przywrócenie jej zdolności do pracy. Chociaż chora należy do Kasy Chorych, umieszczenie jej wskutek przepełnienia jest niemożliwe. O wynajęciu jakiejś izdebki na wsi za 60% zasiłku niema mowy. Pozostaje więc wynalezienie kogoś z rodziny na wsi, ktoby ją przyjął do siebie i wynalezienie opieki na miejscu dla dzieci.

Dziwnem się wydać może, że pielęgniarka sięga w dziedziny pracy jak gdyby nie związane bezpośrednio z jej czynnościami, np. umieszczanie dzieci w schroniskach, staranie się o zapomogi itp.

W naszych warunkach, gdzie niema dobrze zorganizowanych placówek pomocy społecznej, gdy istniejące zajmują się raczej dobroczynnością i dawaniem doraźnych zapomóg, a nie ogarniają całokształtu potrzeb tak materjalnych jak i moralnych rodziny i nie pracują twórczo nad tem, aby zapewnić potrzebującym takie warunki, w których mogliby egzystować o własnych siłach — pielęgniarka jest zmuszona do tego. Inaczej jej praca byłaby połowiczna — polegałaby w większości wypadków na głoszeniu pięknych komunałów bez dopomożenia do wprowadzenia ich w czyn.

Dużą pomocą jest wejście w kontakt z instytucjami o pokrewnych dążeniach lub dopełniających pracę poradni jak: biura opieki społecznej, kasy chorych, urzędy sanitarne, szkoły, krople mleka i t. p. Przez nawiązanie kontaktu opartego na obopólnem zrozumieniu zadań obu instytucyj i wartości ich pracy oraz na zaufaniu wzajemnem pielęgniarka społeczna zyskuje sprzymierzeńca, a często i pomoc wydatną w wypadkach podlegających kompetencji danej instytucji. Co więcej, unika rozbieżności pracy i przez zespolenie wysiłków obu lub kilku instytucji szybciej osiąga zamierzony cel.

Jej celem jest, o ile ma do czynienia z chorym człowiekiem, albo przywrócić mu jaknajprędzej zdrowie, jeżeli niezupełnie, to przynajmniej zdolność zarobkowania, aby nie był ciężarem społeczeństwa, albo unieszkodliwić dla otoczenia, jeżeli to jest chory zakaźny. W stosunku do ludzi zdrowych dąży do chronienia ich przed chorobą, tem złem czyhającem na każdym kroku i uczy racjonalnego trybu życia.

Pielęgniarka zdrowia publicznego myśli ciągle o przyszłych pokoleniach, które powinny być zdrowsze od obecnego. Wszelkiemi możliwemi drogami dąży do zapewnienia tym najmłodszym jaknajlepszych warunków rozwoju.

(—) **Marja Babicka**
Referentka Pielęgniarstwa w Dep. Służby Zdrowia M. S. Wewn.


**Dr E. Kaufer**
b. sek. szpitala Łazarza w Krakowie — ordynuje jak w latach ubiegłych **w chorobach wewnętrzn., kobiecych i nerwowych** — **willa „Herbst“.**

**Dr. Anatol Gutfreund**
były lekarz Kliniki Ginekol. Położniczej Uniw. J. i Kliniki chorób wewnętrznych Uniw. Jagiel. w Krakowie — ordynuje **w chorobach kobiecych i wewnętrznych w Krynicy, willa „Karolówka“.**

**INSTYTUT KOSMETYKI LEKARSKIEJ**
**DR ANNY ROSENBERG**
**= KRYNICA „GWIAZDA“ =**
Choroby skóry i włosów. — Leczenie defektów cery. — Usuwanie włosów elektrolizą.
**Lampa kwarcowa. Diatermja. Elektroterapja.**
Od godz. 12—2 i od 4—6




**Lekarz - dentysta**
**Michał Grejniec**
ordynuje podczas sezonu w Krynicy. — Willa „Alfredówka“, od godz. 10—12 i od 4—6.

**Dr Anna Marja Fränkel**
z Bochni, ordynuje w chorobach wewnętrznych i kobiecych we willi „Erwina“.

**KRYNICA-ZDRÓJ.**
*Dr. Med. Seweryn Schenker*
*wznowił ordynację zdrojową w chorobach kobiecych i wewnętrznych.*
*willa „ZOFJA“ (obok teatru).*




**Oryginalna woda kolońska**
**„FARINA“**

# KRONIKA.

**DNI PROPAGANDOWE WALKI Z GRUŹLICĄ W KRYNICY.** Z inicjatywy Centralnego Warszawskiego Komitetu walki z gruźlicą pod protektoratem JWP. Prezydenta Rzeczypospolitej Prof. Ignacego Mościckiego, został zorganizowany w Krynicy komitet miejscowy, na czele którego stanął Dyr. Inż. L. Nowotarski.

W skład komitetu weszli pp.: Zofja Carowa, żona Wice-Ministra Sprawiedliwości, Dr. Wanda Piestrzyńska, żona Dyrektora Gen. Dyrekcji Służby Zdrowia, Janina Nowotarska, żona Dyr. Państwowego Zakładu Zdrojowego, Dr. Przywieczerski, Nacz. Wydziału Gen. Dyr. Służby Zdrowia, Przedstawiciele prasy, Kółka lekarskiego z żonami, Urzędów miejscowych oraz właścicieli will i pensjonatów.

Komitet ułożył program dni propagandowych, rozdzielając pracę na poszczególnych członków komitetu oraz zapewnił sobie współudział w pracy wybitnych literatów i artystów, przebywających w Krynicy.

**ŚWIAT LITERACKI, ARTYSTYCZNY I DZIENNIKARSKI W KRYNICY.** Do niedawna tylko Zakopane gościło u siebie elitę świata literackiego, artystycznego i dziennikarskiego. W obecnym roku zaszczycili Krynicę, zjeżdżając bądź dla kuracji, bądź dla odpoczynku nasi znani powyżej wspomnianego świata: Dr. Boy-Żeleński, Kornel Makuszyński, Julian Tuwim; art. Zboińska-Roszkowska, art. Dr. Mossoczy; Redaktorowie: Augustyński, Czempiński, Konopiński i Woyczyński.

**OSOBISTE.** Przyjechali na kurację do Krynicy: Darowska Halina, żona Wojewody krakowskiego, Minister Senator Długosz, Prof. Dr. Antoni Gluziński, Prof. Dr. Radziwiłłowicz, Prezes Najw. Tryb. Adm. Moraczewski Roman, Dyr. Banku Pliszewski Edward, Naczelnik Wydziału Okr. Lek. Lewicki Adam, pp. Koziańscy, Adw. Dr. Hofmokl-Ostrowski i Pawłowicz Władysław, Dyr. P. K. P.

**GOŚCINNE WYSTĘPY OPERETKI WARSZAWSKIEJ W KRYNICY.** Mimo tragicznej śmierci wielkiej i nieodżałowanej artystki śp. K. Niewiarowskiej, zjechał osierocony Zespół do Krynicy — wywiązując się z kontraktu.

Wystawiono dotychczas następujące operetki: „Księżniczka cyrkówka", „Orłów", „Targ na dziewczęta", „Ewa" — a same nazwiska takich artystów, jak L. Messal, Kozłowska, Dowmuntowa, Redo, Szczawiński, Horski, Dowmunt, Sempoliński, Staszyński świadczą o wysokim poziomie artystycznego Zespołu.

Nie można zaprzeczyć, że do powodzenia wystawionych operetek, oprócz „asów" scenicznych, przyczynia się Orkiestra zdrojowa, wywiązując się z zadania ponad podziw. Zasługa w tym wypadku Dyr. Kochanowskiego i Kochańskiego.

Nagroda dla Zespołu, prócz rzęsistych oklasków, wywoływań i kwiatów, jest „forsa" w kasie teatralnej, w której trzeba zamawiać bilety kilka dni naprzód, by nie narazić się na odejście z niczem od okienka.

Jak nam wiadomo „brylantowy" Zespół uzupełnia w najbliższych dniach p. Sokołowska i Mierzejewski.

**Z RUCHU GOŚCI.** Biuro meldunkowe Komisji Zdrojowej wykazuje z dniem 20 lipca br. od dnia 1 maja 1927 — 14.015 osób, przybyłych do Krynicy na kurację. W porównaniu z rokiem ubiegłym o 2.426 osób więcej.

## Odpowiedzi Redakcji.

**WPani W. N.:** Recenzji z koncertów pp. Kniaginina i Łabuńskiego oraz Zboińskiej-Roszkowskiej Redakcja nie umieściła z tego powodu, że nie została zawiadomiona o tych koncertach. — W kulturalnym świecie jest przyjęte, że Redakcje bywają zawiadamiane o imprezach co należy do prymitywnych zasad kurtuazji wobec redakcji miejscowego pisma.

**Dr med. Jakób Grob**
**Lekarz-dentysta**
kierownik ambulatorjum dentystycznego szpitala Lazarusa we Lwowie — ordynuje: **Krynica** na deptaku „pod Zamkiem".

## WESOŁY KĄCIK.

### MIŁOŚĆ WSZYSTKO PRZEZWYCIĘŻY!

Państwo młodzi wkrótce po ślubie dążą przez stary bór. Naraz otacza ich zgraja bandytów z okrzykiem: „pieniądze lub życie!"

— Nie mam przy sobie ani złamanego grosza! — oznajmia zbielały ze strachu pan młody.

Na to herszt zbójów:

— Rozumiem; szanowni państwo pobrali się z miłości.

— ooo —

### PANTOFLOWY MĄŻ SIĘ TŁUMACZY.

Mąż wraca nietrzeźwy do domu już około 1-ej po północy. Żona zbudziła się i niezadowolona ze stanu, w którym mąż wraca, czyni mu wymówki długie. Wreszcie pyta:

— A któraż to właściwie godzina?

— Dopiero krótko po dziesiątej moja droga, — odpowiada mąż.

W tej chwili zegar wybija pierwszą. Żona bardziej rozgniewana mówi:

— Więc jeszcze nieprawdę mówisz! Zegar właśnie wybił pierwszą!

— O nie, ukochana, mylisz się, nasz zegar nie wybija zera!

Lekarz - Dentysta
**I. Schimek**
**willa „Romanówka"**
od 8 — 12 i od 3 — 6.

**Dr. med. Stanisław Wilner**
lekarz chorób wewnętrznych i układu nerwowego ordynuje w sezonie letnim i zimowym „pod Berłem", gmach Poczty od godz. 10—12 i od 3—6.

# Przewodnik informacyjny po Krynicy.

## URZĘDY.

**URZĄD GMINNY** (Hala targowa): Burmistrz: **Dr. Fr. Kmietowicz.**

**ZARZĄD ZDROJOWY I PRZEWODNICZĄCY KOMISJI ZDROJOWEJ:** Dyrektor: **Inż. L. Nowotarski.** Godziny przyjęć od 10—12 (Łazienki mineralne, I p.).

**BIURO MELDUNKOWE KOMISJI ZDROJOWEJ (na „Górce"):** Godziny urzęd. od 8 do 12 i od 15 do 18 popołudniu.

**PAŃSTWOWY ZAKŁAD KĄPIELI SŁONECZNYCH** (droga do Tylicza): Czynny od 9—17, nie wyłączając niedziel i świąt. Natryski, masaże, gimnastyka ortopedyczna, szwedzka, rozwojowa dla dzieci.

**PAŃSTWOWY ZAKŁAD FIZJOTERAPEUTYCZNY:** Leczenie wodą, elektryzacją, masażami i lampą kwarcową.

**URZĄD PARAFJALNY:** W probostwie obok kościoła: Proboszcz ks. kanonik Roman Duchiewicz.

### URZĄD POCZTOWY I TELEGRAFICZNY:

W Oddziale telegraf. i telef. od godz. 1—21.

W Oddziale Post.-Rest. przyjmowanie listów poleconych, sprzedaży znaczków od godz. 8—20. W niedziele i święta od godz. 8—11.

W Oddziale przyjmowania i wydawania paczek i listów wartościowych od godziny 8—12 i od 15—18. W niedziele i święta od 9—11.

Biuro Naczelnika od godziny 9—12 i od 15—18. W niedziele i święta od 9—11.

W Oddziale kasowym wpłaty i wypłaty przekazów pocztowych; wpłaty i wypłaty P. K. O. w dnie powszednie od 8—12 i od 15—18. W niedziele i święta od 9—11. — **W święta uroczyste Oddziały wszystkie zamknięte z wyjątkiem telegrafu i telefonu.**

### CENNIK KĄPIELI I ZABIEGÓW LECZNICZYCH
na czas od 1 kwietnia do 31 grudnia 1927 r.:

| | | Sezon I. | II. | III. |
|---|---|---|---|---|
| **I. W nowych łazienkach mineralnych:** | | | | |
| 1. Kąpiel mineralna salonowa | zł. | 6.— | 6.50 | 5.80 |
| 2. „ „ I. klasy | zł. | 5.— | 5.50 | 4.80 |
| **II. W domu zdrojowym:** | | | | |
| 3) Kąpiel mineralna I. klasy | zł. | 5.— | 5.50 | 4.80 |
| **III. W łazienkach mineralnych starych:** | | | | |
| 4. Kąpiel mineralna salonowa | zł. | 4.— | 4.50 | 3.80 |
| 5. „ „ I. klasy | zł. | 3.50 | 4.— | 3.30 |
| 6. „ „ II. klasy | zł. | 3.— | 3.50 | 2.80 |
| 7. „ „ III. klasy | zł. | 2.50 | 3.— | 2.30 |
| 8. „ „ dla dzieci | zł. | 1.50 | 1.60 | 1.50 |
| **IV. W łazienkach borowinowych:** | | | | |
| 9. Kąpiel borowinowa I. klasy | zł. | 6.50 | 7.50 | 6.30 |
| 10. „ „ II. klasy | zł. | 5.50 | 6.50 | 5.30 |
| 11. „ „ III. klasy | zł. | 4.70 | 5.50 | 4.30 |
| 12. „ „ nasiadowa | zł. | 4.— | 4.50 | 3.80 |
| | | Sezon I. | II. | III. |
| 13. Okłady fasonowe na ręce | zł. | 3.— | 3.50 | 3.— |
| 14. Okłady fasonowe na nogi | zł. | 3.50 | 4.— | 3.50 |
| 15. Okłady borowinowe do domu | zł. | 2.50 | 3.— | 2.50 |
| 16. Okłady borowin. w Zakładzie | zł. | 1.80 | 2.— | 1.80 |
| **V. W Zakładzie hydropatycznym:** | | | | |
| 17. Zabieg wodoleczniczy | zł. | 2.40 | 2.80 | 2.40 |
| 18. Zabieg elektryczny | zł. | 4.— | 4.50 | 3.50 |
| 19. Kąpiel świetlna | zł. | 4.50 | 5.— | 3.80 |
| 20. Lampa kwarcowa | zł. | 4.20 | 4.80 | 3.50 |
| 21. Kąpiel słoneczna | zł. | 1.50 | 1.50 | 1.— |
| 22. Kąpiel parowa | zł. | 3.— | 3.60 | 3.— |
| 23. Przestrzykiwania | zł. | 2.— | 2.— | 2.— |
| 24. Odwar igliwia | zł. | 1.— | 1.— | 1.— |
| 25. Kąpiel z wody zwykłej | zł. | 2.— | 2.20 | 2.— |
| 26. Za użycie prześcieradła | zł. | 0.40 | 0.40 | 0.40 |
| 27. Za użycie ręcznika | zł. | 0.20 | 0.20 | 0.20 |
| 28. Za użycie koca | zł. | 0.50 | 0.50 | 0.50 |

### CENNIK TAKS ZDROJOWYCH:

Od przyjezdnych osób pojedynczych lub głowy rodziny po 15 zł. do 2 tygodni — 6 tyg. 30 zł.

Od następnych osób, należących do jednej rodziny, t. j. męża, żony i dzieci, będących na utrzymaniu rodziców po zł. 12.50 do 2 tyg. — do 6 tyg. 15 zł.

Od dzieci do lat 9 i służby domowej z gośćmi przybyłych po zł. 7.50 do 2 tyg. — do 6 tyg. 15 zł.

Od przyjezdnych urzedników państw., samorząd., oficerów i ich rodzin oraz nauczyciel. i niż. duchowieństwa po 5 zł. do 2 tyg. — do 6 tyg. 10 zł.

Uwaga: W razie przedłużenia pobytu ponad 2 tygodnie, kuracjusze dopłacają należytość do pełnej taksy za 6 tygodni, następnie w razie przedłużenia pobytu 6-tygodniowego opłaca się taksę za dalsze 3 tygodnie. — **Bony i nauczyciele domowi opłacają taksę jak goście.** — Ubodzy po przedłożeniu świadectwa niezamożności mogą uzyskać na podstawie orzeczenia Wydziału komisji zdrojowej daleko idące zniżki, ewentualnie zupełne zwolnienie.

### APTEKI I DROGUERJE:

**Apteka pod „Aniołem" H. Nitribitta** — Deptak.
**Nowa Apteka Mag. W. C. Tepy** — willa „Marja" obok „Trzech Róż".
**Droguerja Katolicka** — willa „Karolówka".
**Droguerja Schwarza** — willa „Alfredówka".

### BIURA INFORMACYJNE:

**Ajencja Prasowa, Propagandowa i Informacyjna,** Redakcja „Echa Krynickiego" — „Dworek Sportowy". Godz. urzęd. od 10—12 i od 15—17.

**Konces. Biuro Pośrednictwa B. Neubauer** Krynica-Zdrój — Hotel „Polonia" vis a vis Dworca kolejowego.

### Teatr

codziennie o godz. 20 w letnim teatrze.

### BIURA HANDLOWE:

„Biuro Handlowe Dr. Jarosław Sawczak", przyjmuje i prowadzi zastępstwa i reprezentację firm handlowych i przemysłowych.

### CZYTELNIA DZIENNIKÓW:

Czytelnia Zdrojowa (Dom Zdrojowy, I. p.).

### WYPOŻYCZALNIA KSIĄŻEK:

Marjan Kaczyński — Dom Zdrojowy — Deptak.

### REDAKCJE:

Redakcja „Echa" Krynickiego" — „Dworek Sportowy". Red. nacz. Dr. Jarosław Sawczak od 10—12 i od 15—17.

Oddział Red. „Tygodnika Kurjera Podhalańskiego" przy Redakcji „Echa Krynickiego" — „Dworek Sportowy", od 10—12 i od 15—17.

**PENSJONATY GODNE POLECENIA:**

Zakład Dra Skórczewskiego — „Astorja“, kuchnia rytualna — „Beskid“, kuchnia djetyczna, jarska — „Marjanówka“ — „Pensjonat Vogla“, kuchnia rytualna — „Wawel“, kuchnia djetyczna, jarska — „Promienna“ — „Stella“ Drowej S. Kańskiej — „Felicja“ i „Polonia“, kuchnia rytualna — „Marja“ — „Krakus“ — „Pod Krukiem“ — „Szczerbiec“ — „Pod Kościuszką“ — „Złota Brama Kijowska“ — „Cis“ — „Goplana“ — „Soplicowo“ — „Prez. Wilson“ — „Paryżanka“.

**POLECENIA GODNE RESTAURACJE:**

Restauracja „Domu Zdrojowego“. — Restauracja „Dom Katolicki“. — Restauracja „Zacisze“. — Restauracja Vogla, rytualna. — „Pod Rybą“, rytualna, — Restauracja „Trzy Róże“, rytualna — „Paryżanka“ rytualna.

**DANCINGI:**

Kawiarnia „Domu Zdrojowego“. — Kawiarnia „Zacisze“.

**POLECENIA GODNE SKLEPY Z GALANTERJĄ:**

Kiosk **„Fr. Mally“.**

**J. Rudnicki** — Zakład Dra Skórczewskiego. — Suknie, Płaszcze, Buciki, Jedwabna bielizna, Pończochy. Lalki francuskie.

Firma: **Marjan Tracz** — Deptak. — Wykwintna galanterja, specjalny dział upominków, porcelana, rzeźby, artykuły kosmetyczne.

Firma: **W. Wrześniowski** — Deptak. — Galanterja, biżuterja, porcelana, rzeźby, obrazy, artykuły kosmetyczne.

**SKLEPY Z KWIATAMI:**

„Zakład ogrodniczy“ obok willi „Ułana“.
„Kwieciarnia Łapanowskiego“, willa „Trzy Róże“.

**PRACOWNIE KRAWIECKIE:**

M. Puczyński — odnawia, przerabia i przeprasowuje ubrania męskie i suknie damskie. — Hala targowa.

**HANDLE DELIKATESÓW:**

„Nad Palenicą“, codziennie świeże artykuły spożywcze, delikatesy, owoce.

**ZAKŁADY FRYZJERSKIE:**

Zakład Borowskiego — „Deptak“.

**PIEKARNIA „ZDROWIE“:**

Antoniego Kmietowicza.

**ZAKŁADY FOTOGRAFICZNE:**

Z. Garzyński Pens. „Cis“ vis a vis Nowych Łazienek.
A. Kukulski i A. Gartenberg.


**FIRMA „ENKER & STERN“**
**KRYNICA-ZDRÓJ**
**„GŁÓWNY SKŁAD MEBLI“**
**poleca P. T. Właścicielom will, pensjonatów**
**KOMPLETNE URZĄDZENIA**
**po cenach fabrycznych.**
**POJEDYNCZE CZĘŚCI MEBLI i URZĄDZEŃ STALE NA SKŁADZIE.**
**Leżaki po cenach konkurencyjnych!**

PENSJONAT „MARJA“
KRYNICA — BLISKO ŁAZIENEK
KOMFORT ZAGRANICZNY. — CIEPŁA i ZIMNA WODA. — TELEFONY. — ZNAKOMITA KUCHNIA
CENY TARYFOWE
TELEFON Nr. 21 Telegramy: „MARJAWEST“

**CZĘSTOCHOWA CZĘSTOCHOWA**
**BIURO POŚREDNICTWA „RENOMA“**
**ALEJA 21**
**ma do sprzedania domy, sklepy, parcele, interesy handlowe. — Udziela informacji, lokuje kapitały.**

**PENSJONAT „FELICJA“**
**Krynica-Zdrój, Tel. Nr. 14**
tuż obok nowych łazienek, naprzeciw kąpieli słonecznych i parku Zdrojowego, położony w ogrodzie w najpiękniejszej okolicy, urządzony **na wzór zagranicy,** światło elektryczne, kanalizacja, wodociąg, ciepła i zimna woda, w pokojach, **wzorowa higieniczna kuchnia rytualna,** otwarty od dnia 1 maja — poleca pokoje jasne, słoneczne z pościelą, z balkonami po cenach umiarkowanych. Obsługa pierwszorzędna. — Zgłoszenia przyjmuje:
PENSJONAT „FELICJA“ Dawida Vogla w Krynicy - Zdroju.

**DROGERJA I SKŁAD APTECZNY**
**magistra Pharmacji Z. SCHWARZA**
**w pensjonacie „SCHWARZA“** (Alfredówka)
poleca po cenach przystępnych środki lecznicze, opatrunki, artykuły gumowe, wody mineralne, dodatki do kąpieli oraz kosmetyki krajowe i zagraniczne.

**Uwaga!**
KTO MA WOLNE POKOJE DO WYNAJĘCIA proszę napisać kartę do Biura ogłoszeń „Renoma“ Częstochowa.

**Willa „Jutrzenka“**
w bliskości nowych łazienek — poleca pokoje słoneczne z wykwintnem utrzymaniem.
RESTAURACJA I MLECZARNIA
wydaje obiady, na żądanie kuchnia djetetyczna i jarska.

**„DOSTAWA“**
**przedsiębiorstwo dowozowe w Krynicy**
dostawia bagaże i przesyłki do pensjonatów i z pensjonatów na dworzec, załatwia wszelkie czynności ekspedycyjne przy nadawaniu bagażu i przesyłek. **„DOSTAWA“, Krynica,** Tel. Nr. 5.

**Willa „Słoneczna“**
w pobliżu starych łazienek poleca: pokoje słoneczne z **wykwintnem utrzymaniem.** Na żądanie **kuchnia djetetyczna** — Wydaje obiady.

**ZNANA**
**RESTAURACJA i MLECZARNIA**
**RYTUALNA**
**„POD RYBĄ“**
**wydaje śniadania, obiady i kolacje**
**na żądanie jarskie po cenach przystępnych.**

**APTEKA pod „ANIOŁEM“**
**H. Nitribitta w Krynicy przy deptaku.**
Zaopatrzona we wszelkie w jej zakres wchodzące środki apteczne krajowe i zagraniczne, dodatki do kąpieli, środki odżywcze, wody mineralne krajowe, zagraniczne i t. p.

**KRYNICA-ZDRÓJ**
**obok Dworca Kolejowego, telefon 35**
**Koncesjonowana Ajencja B. Neubauera**
pośredniczy w kupnie i sprzedaży will i parcel, w wydzierżawieniu pensjonatów i lokali przemysłowych, ponadto przeprowadza wynajem mieszkań i udziela wszelkich informacyj.

**Dworek „Wawel“**
vis a vis łazienek, Domu Zdrojowego — poleca pokoje słoneczne. Kuchnia pierwszorzędna domowa na maśle. Na żądanie jarska, dietetyczna. Wydaje objady.

**PARYSKI INSTYTUT KOSMETYCZNY**
prowadzony przez siły wyszkolone przez najpierwszorzędniejszych Profesorów kosmetyki paryskiej jak Dr GASTOU, Dr BERTOT i inni, oparty na dokładnej znajomości anatomji i hygjeny — uczenica Prof. RICHETA
**otwarty w Krynicy w willi „MARJA“ obok „Trzech Róż“.**
Wszystkie usterki cery i rysów zostają usunięte drogą modelowania i racjonalnego pielęgnowania cery. Zmarszczki, piegi, wągry, postarzające tak bardzo podbródki, znikają przy zastosowaniu najprzedniejszych sposobów i środków, których tajemnice tylko Paryż posiada.
Godziny przyjęć od 9 do 12 i pół i od 3 do 6 wieczór.
**Filje: LWÓW, BOULARDA 4. — ZAKOPANE, HOTEL BRISTOL.**

**PENSJONAT i RESTAURACJA SCHWARZ**
**SKŁADAJĄCY SIĘ Z 60 POKOJI**
**Z NAJNOWSZYM KOMFORTEM, CIEPŁA WODA W KAŻDYM POKOJU, CENTRALNE OGRZEWANIE**
**KUCHNIA PIERWSZORZĘDNA NA ŻĄDANIE DIETETYCZNA**
**OTWARTY CAŁY ROK**
**TELEFON Nr. 15 TELEFON Nr. 15**

**Piekarnia „Zdrowie“**
**Antoniego Kmietowicza**
**I-szorzędny wypiek pieczywa wiedeńskiego i dietetycznego.**
**Krynica-Zdrój.**

*Krynica-Zdrój.* *Krynica-Zdrój.*
*„Ajencja Prasowa, Propagandowa i Informacyjna“*
*Redakcja „Echa Krynickiego“*
*udziela wszelkich informacyj tyczących się Krynicy za zwrotem kosztów korespondencji.*

**DROGUERJA KATOLICKA**
**Willa „KAROLÓWKA“ Krynica-Zdrój**
**poleca bogato zaopatrzony skład środków toaletowych, leczniczych, kosmetyków, perfumerji i t. p.**



**Cena Numeru 1·— Zł.** OGŁOSZENIA: Inseratowy 30 gr. — Po kronice 45 gr. — Na 1 stronie 65 gr — Nadesłane 45 gr. — Przed tekstem 60 gr. za wiersz milimetrowy. — Układ tabelaryczny, bilanse i zamiejscowe 50% drożej. — Rękopisów Redakcja nie zwraca. — Nr konta czek. P. K. O. 153.179. **Prenumerata kwart. 5·— Zł.**

Drukarnia Ludowa w Krakowie pod zarządem Henryka Schiffa.